

# દુર્ગા મારી

## હિન્દી દૈનિક

संपादक : संजय आर. मिश्रा

વર્ષ-10 અંક: 286 તા. 20 મર્ચ 2022, શક્વાર, કાર્યાલય: 114, ન્યુ પ્રિયંકા ટાઉનશીપ અપાર્ટમેન્ટ, ડિંડોલી, ડિંડોલી, ઉદ્ધના સૂરત (ગુજરાત) મો. 9327667842, 9825646069 વૃષ્ટ: 8 કીમત: 2:00 રૂપયે



# यूपी की विधानसभा हुई हाईटेक

**सीएम योगी ने किया ई-विधान का लोकार्पण; बदला-बदला दिखेगा सदन का नजारा**



सपा सांसद का विवादित बयान,  
कहा: ज्ञानवापी को सील किया  
तो **कर्झ** जाने कर्बन जाएंगी



राणारासी। ज्ञानवापी मस्जिद का मुझा इस कदम लाया हुआ है, कि अब इस पर राजनीति और भड़काऊ बयानबाजी की भी कमी नहीं हो रही है। ज्ञानवापी सामले पर सपा अध्यक्ष अश्विनेश यादव के बाद अब उनकी पार्टी के एक और नेता का इस सामले में बयान आया है। अमरर अपने विवादित बयानों की वजह से चर्चा में रहने वाले संभल से सपा नेता शफीकुर्रहमान बर्क का ज्ञानवापी सामले पर भड़काऊ बयान सामने आया है। उठाने कहा कि ज्ञानवापी मस्जिद पर कब्जा वर्दासन नहीं करेंगे। अगर ज्ञानवापी को सोल किया जाएगा तो कई ज्ञान कुबन्द जाएंगे। शफीकुर्रहमान बर्क ने प्रकार के ज्ञानवापी मस्जिद में शिवालिंग मिलने वाले सवाल का जवाब देते हुए कहा कि ये बिल्कुल झूट है, बिल्कुल गलत है। ये सकार की पाँलिसी युक्त मालामालों के खिलाफ नफरत फैलाइ रखी रही है। उसके बाद

योगी आदिवानथ ने गुरुवार को विद्यान सभा गैलरी के कार्यालयों और इं-विद्यान का किया। इसके साथ ही उनकी कार्यवाही के पेपलेस रास्ता सफ हो गया है। इसे संरक्षण के प्रति सकार का दम माना जा रहा है। इनके जरिए यूपी विद्यानसभा की ओर का ऑनलाइन संचालन शुरू हो गया है। वह विधायक की सीट में पर प्रशंसन तथा गया सरु से ही सदन का बदला दिखेगा। इं-विद्यान के दौरान आज विद्यानसभा महाना, डिटी सीएम केशव प्रसाद मौर्य और वित एवं संसदीय कार्य मंत्री सुरेण खना भी मौजूद रहे। बता दें कि पिछले दिनों विद्यानसभा अध्यक्ष सतीश महाना ने इसकी जानकारी दी थी। उहोंने इस सभाव्य में एक सर्वदलीय बैठक भी बुलाई थी। नया सिस्टम लागू होने के बाद यूपी विद्यानसभा हाईटक और डिजिटल होगा। इससे न सिर्फ विद्यानसभा के सभी विभागों को आसान में जोड़ पाएंगे बल्कि के इसके सोशल मीडिया पर भी काम होगा। विद्यानसभा अध्यक्ष सतीश महाना ने बताया था कि देश की सभी विद्यानसभाएं एक ही पोर्टल से जुड़ जाएंगी तो जितना भी एजेंडा, नोटिस, प्रश्न और उत्तर होंगे वे सब उत्तर पर होंगे। इसके अलावा बिल भी इस पर ही दिखाया जाएगा। अब तक यदि कोई प्रश्न करता था तो उसे हर प्रश्न को

पहले सम्बन्धित विभाग को भेजना होता था और उसके बाद उसका जवाब आता था। ई-विधान सिस्टम लागू होने के बाद यह समस्या खत्म हो जाएगी। याहीं ई-विधान सिस्टम से चलने वाली देश की पहली विधानसभा है। ई-विधान के साथ ही सीएम योगी ने विधानधनवन की गैलरी में कराए गए सुंदरीकरण के कामों का लोकार्पण भी किया। इसके तहत गैलरी में राष्ट्रपति महात्मा गांधी का अद्वितीय मदन मोहन मालवीय, वीरांगन लक्ष्मीबाई, महात्मा गांधी, सरोजीनी नायड़ू, चंद्रशेखर आजाद, सरदर भगत सिंह, बांगगांधर तिलक, मंगल पाण्डेय और टीम सुलाना की तस्वीरें लगाई गई हैं।

ज्ञांसी में दादी-  
पोते की मौत

झांसी। झांसी-मठरानीपुर हाईवे पर एक तेज रफ्तार कार ने सड़क किनारे खड़े दादी-पोते को कुचल दिया। पोते की माँके पर ही मौत हो गई जबकि गंभीर रूप से घायल दादी को मेडिकल कालेज ले जाया गया। हाँ बहस्त्रिवार सुबह उनकी भी मौत हो गई। पुलिस के मुताबिक सकरार के थिटोरा निवासी माया राम अहिरतार की पत्नी बूढ़ा देवी (70) अहिरतार अपने पोते हर्ष (10) के साथ बध्यतारा शाम को भाजी की शादी में शामिल होने के लिए निकली थी। वह दोनों झांसी मठरानीपुर हाईवे पर खड़े होकर बस का इंतजार कर रहे थे। प्रत्यक्षदर्शियों का कहना है कि शाम करीब 5:30 बजे एक तेज रफ्तार कार अनियंत्रित हो गई और सड़क किनारे खड़े दादी पोते को हुए कुचलते हुए निकल गई।

# विश्वविद्यालयों को शाह ने दी जसीट

"ਪੀਏਮ ਵੇ ਚਾਟਕੀ ਮੈਂ ਖਤਮ ਕਰ ਦੀ 370 ਕੰਕਡ ਭੀ ਬਹੀਂ ਚਲੇ"



का जिक्र करते हुए गृह मन्त्री ने कहा कि मोदी समकाल बनने से पहले देश की कोई रक्षा नीति नहीं थी और वह वाह थी भी तो मात्र निटटीजी नीति की खाता के रूप में।

कल स्ट्राइक लेलोखे करते थे, उनके रात ने इनके रात की रक्षा की है। इसके मात्र पर हमले करते थे, उत्तरी वर्षा से भी बचते हैं। यह उन्हें ही थे और स्ट्राइक ने मायने स्पष्ट किया है कि आज चंद्रशेखर आजाद भी इस विश्वविद्यालय में रहे हैं। मैं मानता हूँ कि यह यूनिवर्सिटी अपने वाले वर्षों तक अपनी धराचान बनाएं रखें। शाह ने कहा कि कुछ लोगों ने स्वराज को 'राज' तक समित कर दिया, जबकि ध्यान 'स्व' पर देना चाहिए।

कहा कि पंजाब में सुखा बढ़ाने के लिए इन अधर्सैनिक बल के जवानों ने तैनात किया जाएगा वर्योकि नियमित इनपुट मिले हैं कि कुछ तत्त्वराज्य में अशानृत पैदा करने की कोशिश कर रहे हैं। अमित यह से मुलाकात के बाद मान केंद्र सरकार को और से हास्पर्व मदद का आश्वासन दिया। मान ने मीडिया से कहा नियमित इनपुट मिलते रहे हैं कि कुछ बदमाश पंजाब में परेशानी पैदा करने की कोशिश कर रहे हैं। मान ने कहा कि मैंने गृह मंत्री से गण्ड की सुखा के लिए अतिरिक्त बलों की मरुज़ी देने का अनुरोध किया है। मुख्यमंत्री ने कहा कि अधर्सैनिक बलों की लिए केंद्र सरकार मदद मार्गी है।

# एक्सपोर्ट बैन के बाद मिस्र को भेजा गया गेहूं **भारत से गुहार लगा रहे दर्जनभर देश**



नई दिल्ली। भारत के गेहूं पर नियांत्रण पर रोक लगाने के बाद यूरोप में खलबली मची हुई है। एप्सोपर्ट बैन के बाद भारत ने मिस्र को 61,500 टन गेहूं भेजा है। वही दर्जनों देशों ने भारत के समाने गेहूं के लिए गुहार लगाई है। मिस्र को कुल जिताना गेहूं भेजा जाना था उसमें से 17160 टन गेहूं को कस्टम्स ने बैन के बाद मंजूरी दी थी। हालांकि सभी संभाली खाद्यान्नकों का संकट से जूझ रहा था। इस खेप के सफलते ही पूरी हो गई थी। इस खेप मिस्र ले जाने वाले मेरा इंटरनेशनल प्राइवेट ट्रिमिटेड को एक्सपोर्ट बैन के बाद कस्टम्स की मंजूरी मिली थी। हालांकि मेहूं पहले ही लोड हो चुका था। 17 मई को वह गुजरात के कांडला पोर्ट से चल चुका था। बता दें कि भारत दुनिया का दूसरा सबसे बड़ा गेहूं उत्पादक देश है। 13 मई को सकार ने देश के अंदर खाद्य सुरक्षा सुनिश्चित करने के लिए गेहूं के नियांत्रण पर रोक लगाने का फैसला किया था। अग्र कोइ देश खाद्यान्नके संकट से जूझ रहा हो और वह भारत से किक्केस्ट करता है तो उसे मदर की तौर पर गेहूं भेजा जा सकता है। अधिकारी ने कहा कि संकट से जूझ रहे कुछ देशों का निवेदन भारत स्थिरकारी भी कर सकता है। हालांकि उहोंने किसी देश का नाम लेने से इनकार कर दिया। बता दें कि पिछले पांच दिनों के रेकॉर्ड पैदावार के बाद भारत में भी पहली बार उत्पादन में कमी देखी गई है। नियांत्रण पर रोक लगाए जाने से पहले ही भारत ने 45 करोड़ टन गेहूं के नियांत्रण का अनुबंध कर लिया था। युक्रेन पर रूस के हमले की वजह से दुनियाभर में गेहूं की किलत हो गई है। अप्रैल 2022 में भारत के व्यापारियों ने 14 करोड़ गेहूं विदेशों को बेचा था। व्यापारियों ने दुनियाभर में गेहूं की कीमती मांग का फायदा उठाया था। भारत ने पिछले विंश वर्ष में रेकॉर्ड 78.5 करोड़ टन का नियांत्रण किया था।

भारतीय सेना की तीनों शाखाओं के कमांडर्स के तीन दिवसीय सम्मेलन का समाप्ति, जानें किन महीनों पर हुई चर्चा

नई दिल्ली। शिलांग में पूर्वी वायु कमान के लिए ऑफिसर कमार्डिंग-इन-चीफ एवर मार्शल डीके पटनायक ने भारतीय सेना की तीरों शाखाओं के पूर्वी कमार्डिंग-इन-चीफ के तीन दिवसीय सुरक्षा समीक्षा सम्मेलन की अध्यक्षता की। गुरुवार को पूर्वी वायु कमान के मुख्यालय पर आयोजित सम्मेलन का समाप्त हुआ। एक रुक्ष प्रवक्ता ने बताया कि दो दौरान देश के पूर्वी वायु में अधिवान संबंधी मुद्दों और सेना की विभिन्न शाखाओं की चीव परस्पर तालिमेन के तरीके पर समीक्षा की गई। बैठक में वायु सेना, नौसेना और थल सेना के शीर्ष अधिकारी शामिल हुए अंडमान और निकोबार कमान के कमार्डिंग-इन-चीफ लेफ्टिनेंट जनरल अजय सिंह, फ्लैट-ऑफिसर कमार्डिंग-इन-चीफ पूर्वी नौसेना कमान वाइस एडमिरल व दासपुत्रा और जनरल ऑफिसर कमार्डिंग-इन-चीफ पूर्वी कमान लेफ्टिनेंट जनरल आरपी कलिता बैठक में सभापति लिया। उक्तों बताया कि बैठक के कमांडों वर्गों की ताकत और अपने अपने क्षेत्रों में चलाए अधिवान विशिष्टा के बरे में चर्चा की।

रोड रेज मामले में नवजोत सिंह सिद्ध को  
एक साल की सजा, 1988 का है मामला



राड रंज मामल में नवजात सह सिद्ध को एक साल की कैद की समाज सुनाई। बता दें वे नवजात संघ सिद्ध की सजा बढ़ाने की चाचिक पर सुप्रीम कोर्ट ने फैसला सुनाया है। पोंडिट परिवार की ओर से इस मामले में पुनर्निवाच चाचिक दाव की गई थी। सुप्रीम कोर्ट ने नवजात सह सिद्ध को बरी करके अपने मध्य 2018 के आदेश की समीक्षा की है। आदेश के अनुसार सिद्ध को पंजाब पुलिस हिरासत में लेगा। सिद्ध को आईंसीसी की धारा 323 के तहत अधिकात्म संभव सजा दी गई है। यह फैसला जस्टिस चेलमेश्वर और जस्टिस संजय किशन की डिवीजन बैच ने दिया। शीर्ष अदालत ने पंजाब और हरियाणा उच्च न्यायालय के उस फैसले को रद कर दिया था जिसमें उन्हें गैर इरादतन हत्या का दोषी ठहराया गया था। उच्च न्यायालय ने 1988 में पांचाल में पाकिस्तान लेकर झगड़ा हुआ था जिसमें एक बुजुर्ग की मौत हो गई थी। मामले में पहले सुप्रीम कोर्ट ने सिद्ध को 1 हजार का जुराना लगाया था। भारतीय दंड संहिता की धारा 323 के अनुसार, जो व्यक्ति (धारा 334 में दिए गए मामलों के सिवा) जनबन्धु या उनकी कोई घेंटी से चोर पहुंच देता है, उसे अधिकात्म एक साल जें की सजा का प्रवधान है।

एलपीजी की बढ़ती कीमतों पर कांग्रेस का केंद्र पर निशाना,  
कहा- मोदी सरकार किश्तों में कर रही है ईर्धुन लट

नई दिल्ली। रसोई गैस एलपीजी की लगातार बढ़ रही कीमतों को लेकर गुरुवार को कांग्रेस ने केंद्र सरकार को घेरा। भाजपा के नेतृत्व वाली कांग्रेस सरकार की आलोचना करते हुए कांग्रेस ने कहा कि नेंटों मीटों सरकार की "झंझूल" हर दिन थोड़ी या बड़ी किशरों में हो रही है। केंद्र आलोचना करते हुए कांग्रेस के मुख्य प्रवक्ता रणदीप सुरेजेवाला ने कहा कि धरते रसोई गैस मिलेंडर की कीमत में 45 दिनों में 100 रुपये की वृद्धि के बाद फिर से गैस के दरमें 3.5 रुपये की बढ़ोतारी की गई है। कांग्रेस के मुख्य प्रवक्ता रणदीप सुरेजेवाला ने गुरुवार को एक बात एक कई दौटी कर भाजपा सरकार पर धर लगाया है। इसके बावजूद इसमें फिर दिए गए हैं। उन्होंने तंज मीटों सरकार ने करीब लिए दसरी बार मिलिंड दिया है। इसके बाद एक दूसरी तंज में लगाया है। इसकी बाबत नहीं कहा जा सकता।



की गिरावट को लेकर भी केंद्र पर हमला आता। गुरुवार को शुरूआती कारोबार में अमेरिकी डालर के मुकाबले वह 12 रुपये किसलेक्टर 77.74 पर आ गया है। सुजेवाला ने एन्व्यू में कहा कि 'दृष्टि' ('पॉल्स') फिर से! रुपया, पेट्रोल और गैस सिलेंडर प्रतिस्पर्धा कर रहे हैं। हर भारतीय चिंतित है, क्या पीएम-एफएस 'दिखाल' करते हैं? गैस सिलेंडर अब 1,003 रुपये 'नोट आउट'। सभी गृहिणियों की ओर से - धन्यवाद आप मोदी जी! 'गौरतंत्रब' है कि राज्य के स्वामित्व वाले ईंधन खुदरा विक्रेताओं की मूल अधिसूचना के अनुसार, रेस-सब्सिडी की कीमत अब टिल्लावाले 1,003 रुपये परि 14.2 लिंगायती









## दिल और दिमाग को दखे फिट तरबूज के बीज

गर्मी का भी समावयन तरबूज का भी खूब तरबूज खाते होंगे, लेकिन उनके बीजों का आप क्या करते हैं? जैसा कि कहा जाता है कि 'आप के आम और गुठलियों के भी दाम' उसी प्रकार तरबूज का सेवन तो हमारे चाहस्य और सौंधें दोनों के लिए फायदेमंद होता है, साथ ही इसके बीज भी बहुत गुणकारी होते हैं।

तरबूज के बीज मार्ने अन्नसेवुटेड और पॉलीअनसेवुटेड ऐप्टी एसिड का एक अच्छा स्रोत है। ये एटीओसीडेंट और एटी इंफोट्रांटी एजेंट के रूप में कार्य करते हैं तथा हृदय को स्वास्थ रखने में फलतपूर्ण भूमिका निभाते हैं। इसमें मौजूद मैग्नेशियम की मात्रा रक्तवायप को नियंत्रित करते रहती है। अमरन शरीर के विधिन भागों में उत्तिर ऑक्सीजन की अपूर्ति सुनिश्चित करने में मदद करती है। अमर आप तरबूज के बीजों के फैक देते हैं, तो आपको जरूर जानना चाहिए, तरबूज के बीजों से होने वाले खास 7 फायदे-

1 तरबूज के बीजों को छीलकर अंदर आपकी गिरी खाने से शरीर में ताकत आती है। मस्तिष्क की कमज़ोर नसों को बल मिलता है, टर्खों के पास की सुजन भी ठीक हो जाती है। ये दिमाग और दिल को भी स्वस्थ रखने में कार्य करते हैं और पाचन संबंधी

समस्याओं को समाप्त करने में सहायक होते हैं। कृजियत की समस्या में भी यह बेंद लाभकारी है।

पीलिया (जॉन्डिसी) सम्पवाएं हाने पर तरबूज के बीजों का सेवन बेंद कार्यदेवंद सकता है। इसके अलावा सक्रमण से बचाए रखने में भी मददगार है।

गीली-मिट्टी के लाभकारी प्रयोग

महीन पिंचे हुई मिट्टी को पानी के साथ घोलकर

कीचड़ जैसा बाना ले एवं उसको शरीर पर लेपकर

सुखा लीजिए, कुछ देर बाद मिट्टी सूखने लगती है।

फिर ढंडे या गुणवत्तने पानी से जान कर लेने से अपने आप को स्वस्थ बना लेते हैं।

मिट्टी के लाभकारी प्रयोग

रोग होने पर आशयकतानुपात निम्नलिखित

प्रयोगों से चाहाया किया जाता है।

(1) मिट्टी की गरम पट्टी (2) मिट्टी की ठंडी पट्टी

(3) गरम मिट्टी की पट्टी (4) रज जान

(5) पंक जान (6) बांद खण्झा।

सूखी मिट्टी के लाभकारी प्रयोग

बिजली के मारे या सांप के काटे हुए व्यक्ति को यदि जमीन में कीरदी दो हाथ गँड़ा भोंदोर कर उसमें खेला रखकर उसे भर दिया जाए तो 1 से 24 घंटे तक में रोगी के शरीर से जहर निकल जाएगा और वह मरने से बच जाएगा। बुद्ध सफ़ेद मिट्टी को काढ़ा छान चढ़ाकर उसे और उसे गरम पर रख दिये। इसे शरीर पर रखने के बाद 10 से 20 मिनट शूष्मा में बैठ जाइ। तत्पश्चात शीतल जल से जान कर ले। यह सूखी मिट्टी का सान है।

लाम - त्वचा नस्य, लीली एवं कोमल हो जाती है।

रोमकृप खुल जाती है। इससे शरीर के विजातीय तत्परी के लकड़ी में बाहर आते जाते हैं। त्वचा के छिद्रों के भरार आते हैं। अप चाहे तो इह अपेक्षित रूप से पकाकर खा सकते हैं, या फिर इसको चायी भी पी सकते हैं।

आयुषिकान में इसको जल सान कहा गया है।

छान्दोय उत्तिष्ठ और मिट्टी को अच्छा तरह तोले जल, गवन समीर का सार कर गया है।

यास्य योद्ध्य और दीर्घायु का मिट्टी से प्रयोग संबंध होता है। मिट्टी में अनेक रोगों के निवारण की अद्भुत क्षमता होती है। मिट्टी में अनेकों प्रकार के क्षार, विटामिन, खोनज, धातु, रसायन रस, रस आदि की उत्पस्ति द्वारा औषधीय गुणों से परिपूर्ण बनती है। उपयोगियों के दृष्टिकोण से ग्राहित होती है। अपार योग्य वास्तविक रूप से व्यायाम की काली मिट्टी का लेप किया जाता है तो पेशाक भी रुकावट समाप्त हो जाती है और वह खुलने लगता है। इधुमयखी, काराजूर, मकड़ी, और उसके बाद लाल मिट्टी का स्थान ही। मिट्टी के विभिन्न प्रकारों और उनकी उपयोगिता को ध्यान में रखकर मिट्टी का बराबर करना चाहिए। इसके उपयोग के पहले कुछ बातें जरूर ध्यान में रखें... मिट्टी बाहे हाथ किसी भी रसायन करने के लिए उसके बाद लाल मिट्टी के समान ही लाभकारी होती है। सफेद मिट्टी से होने वाले लाभ भी पीली मिट्टी के समान ही हैं। लाल मिट्टी घासों पर लिलती है।

काली मिट्टी

यह मिट्टी विकानी और काली होती है। इसके लेप से ठंडक पहुंचती है। साथ ही यह विष के प्रभाव को भी दूर करती है। जलन होने, घास होने, विषेले फोड़े तथा चर्मरोग जैसे खाजा यांती में कोमल हो जाती है। और उसमें उपयोगी होती है। इसके भरार की गुणी भी अंगूष्ठ-अलग होते हैं। उपयोगियों के दृष्टिकोण से खाना की मिट्टी मिट्टी का बराबर करने के लिए उसका लेप लगाना चाहिए।

पीली, सफेद व लाल मिट्टी

तालाबी त्वचा नदियों के किनारे पाई जाने वाली यह मिट्टी अपनी भी काली मिट्टी के साथ उपयोग करती है। उसका बाद लाल मिट्टी के समान ही लाभकारी होती है।

जानकारी दें और उसके बाद लाल मिट्टी का लेप किया जाएगा।

बाल

नदी या समुद्र किनारों की बाल शरीर की जलन,

ताप तंत्र वाह को शोष करती है। सिर रक्त मुह को

छोड़कर, सारे शरीर पर बाल द्वारा घंटा घंटा रखता है। तेज तुकाराम में तापमान तुरत नीचे लाने के लिए सारे शरीर पर इसका मोटा-मोटा लेप करना चाहिए। सौंदर्य के लिए इसका विषय प्रयोग होता है।

मुल्तानी मिट्टी

गर्भियों में होने वाली घोरियों के उत्तरार में

मुल्तानी मिट्टी अद्भुत और शिरों को कंटोल करता है और दूर होती है। इसका सिर वकरने तथा सिर दर्द जैसी समस्याओं का निवारण भी इससे हो जाता है।

मुर्दे में छाल होने की रिति में, पहले इस का लेप लगाना चाहिए।

गोपी चन्दन

सफेद रंग की मिट्टी का लेप

मस्तक पर लगाने से बचने के लिए किया जाता है। गोल की भी में तलकर

शरद मिलाकर देने से बचाये के रखना सुधार आता है।

जिनका स्वास्थ्य इसकी खाने की आदत के कारण बिगड़ गया है।

गोपी चन्दन का लेप लगाना चाहिए।

काली मिट्टी

यह मिट्टी विकानी और काली होती है। इसके लेप से ठंडक पहुंचती है। साथ ही यह विष के प्रभाव को भी दूर करती है। जलन होने, घास होने, विषेले फोड़े तथा चर्मरोग जैसे खाजा यांती में कोमल हो जाती है। और उसमें उपयोगी होती है। इसके भरार की गुणी भी अंगूष्ठ-अलग होते हैं। उपयोगियों के दृष्टिकोण से खाना की मिट्टी मिट्टी का बराबर करती है। इसके लेप किया जाता है तो पेशाक भी रुकावट समाप्त हो जाती है और वह खुलने लगता है। इधुमयखी, काराजूर, मकड़ी, और उसके बाद लाल मिट्टी का स्थान ही। मिट्टी के विभिन्न प्रकारों और उनकी उपयोगिता को ध्यान में रखकर मिट्टी का बराबर करना चाहिए। इसके उपयोग के पहले कुछ बातें जरूर ध्यान में रखें... मिट्टी बाहे हाथ किसी भी रसायन करने के लिए उसके बाद लाल मिट्टी के समान ही लाभकारी होती है।

पीली, सफेद व लाल मिट्टी

तालाबी त्वचा नदियों के किनारे पाई जाने वाली यह

मिट्टी भी काली मिट्टी के साथ उपयोग करती है।

जानकारी दें और उसके बाद लाल मिट्टी का लेप किया जाएगा।

बाल

नदी या समुद्र किनारों की बाल शरीर की जलन,

ताप तंत्र वाह को शोष करती है। सिर रक्त मुह को

छोड़कर, सारे शरीर पर बाल द्वारा घंटा घंटा रखता है। तेज तुकाराम में तापमान तुरत नीचे लाने के लिए सारे शरीर पर इसका मोटा-मोटा लेप करना चाहिए। सौंदर्य के लिए इसका विषय प्रयोग होता है।

मूली खासी

मूली खासी वासिल वासिल

हो सकती है। द वर्ड कैंसर रिसाफ़ (डब्ल्यूडब्ल्यूएफ)

और अमेरिकन इंटीटीयूट

फॉर कैंसर रिसाफ़ के हालिंग अंयन

में यह दावा किया गया है। इरउतल, शेषकर्ता औंगों ने मूली खासी में यांती या मात्रा में

'ग्लूकोसाइोलोट' और 'आइसोथायोसाइट' की मौजूदी दी गई है। ये दोनों ही योगिक न सिर्फ़ कैंसर कोशिकाओं के विकास में वाधा</p





